2.075 Nátierka z tuniaka s mrkvou
l00 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, l, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
maslo	1,00	1,00	1,30	1,30	1,60	1,60	1,90	1,90
tuniak bez nálevu	0,50	0,50	0,65	0,65	0,80	0,80	0,90	0,90
mrkva	0,50	0,40	0,60	0,48	0,75	0,60	1,00	0,80
cibuľa	0,15	0,13	0,20	0,17	0,25	0,21	0,50	0,42
soľ	0,04	0,04	0,05	0,05	0,07	0,07	0,08	0,08
citrón	0,30	0,12	0,40	0,16	0,40	0,16	0,50	0,20
hmotnosť porcie v g	20		26		32		40	

Výrobný postup

Maslo vymiešame, pridáme očistenú na jemno postrúhanú mrkvu, očistenú na jemno pokrájanú cibuľu, rozdrveného tuniaka bez nálevu. Všetko spolu dobre vymiešame. Dochutíme soľou a citrónovou šťavou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	362	87	1,31	9,0	0,0	0,4	0,1	3,6	0,0	0,053	0,0	0,0	0,8	0,0
B	474	114	1,75	11,7	0,0	0,6	0,2	5,1	0,1	0,068	0,0	0,0	1,3	0,0
C	584	140	2,17	14,4	0,0	0,6	0,2	6,1	0,1	0,084	0,0	0,0	1,5	0,0
D	786	189	2,63	19,6	0,0	0,8	0,2	7,9	0,1	0,115	0,0	0,1	1,7	0,0